

Міністерство освіти і науки України
Житомирський державний університет імені Івана Франка
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра медико-біологічних основ фізичного виховання і спорту
Освітньо-кваліфікаційний рівень «Магістр»

Дипломна робота на тему:

МЕТОДИКА РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ НА УРОКАХ ФІЗКУЛЬТУРИ

Виконав:

магістрант 6-го курсу
денної форми навчання
освітньо-кваліфікаційний рівень: “Магістр”,
напрямок підготовки: 8.01020101 “Фізичне виховання”
Устименко Дмитро Миколайович

Науковий керівник:

кандидат медичних наук, доцент кафедри
медико-біологічних основ
фізичного виховання і спорту
Грищук Сергій Миколайович

Житомир-2015

Актуальність теми: Значення координаційних здібностей для занять багатьма видами спорту незаперечне. У зв'язку з ранньою спеціалізацією, скороченням термінів навчання і ускладненням спортивної техніки до юних спортсменів пред'являються високі вимоги в плані прояву координаційних здібностей. Це обумовлює необхідність пошуку нових шляхів, за допомогою яких можна краще і швидше навчити дітей керувати своїми рухами. Ефективним шляхом вирішення цього завдання є оптимізація навчально-тренувального процесу з урахуванням властивостей нервової системи учнів.

Добре розвинені координаційні здібності є необхідними передумовами для успішного навчання фізичним вправам. Вони впливають на темп, вид і спосіб засвоєння спортивної техніки, а також на її подальшу стабілізацію і ситуаційно-адекватне різноманітне застосування. Координаційні здібності ведуть до більшої щільності та варіативності процесів керування рухами, до збільшення рухового досвіду. Тільки сформовані координаційні здібності - необхідна умова підготовки дітей до життя, праці, служби в армії. Вони сприяють ефективному виконанню робочих операцій при постійно зростаючих вимогах у процесі трудової діяльності, підвищують можливості людини в керуванні своїми рухами.

Мета роботи: Розробити та експериментально обґрунтувати методику розвитку координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку на уроках фізичної культури.

Завдання дослідження:

1. Вивчити науково-методичну літературу по заданій темі.
2. Проаналізувати існуючі методи для розвитку координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку.
3. Визначити ставлення учнів молодших класів до рухової активності, існуючих уроків фізичної культури та бажаного виду додаткових занять.
4. Розробити експериментальну методику розвитку координаційних здібностей на уроках фізичної культури для учнів молодших класів та дослідити її ефективність.

Об'єкт дослідження: процес фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження: координаційні здібності дітей молодшого шкільного віку, засоби та методи їх розвитку.

Розділ 1. Особливості розвитку дітей молодшого шкільного віку

Молодший шкільний вік дитини - це черговий період глибоких якісних змін усіх систем організму, його вдосконалення. Разом з тим, цей вік найбільш сприятливий для формування у дітей практично всіх фізичних якостей і координаційних здібностей, що реалізуються в руховій активності. Щоб якісно будувати роботу з цією категорією учнів вчителю необхідно мати глибокі знання з анатомії, фізіології, психології дитини. Анатомо-фізіологічні особливості молодшого школяра, рівень його фізичного розвитку повинні враховуватися при організації педагогічної роботи в початкових класах. Ні в

якому іншому шкільному віці навчальна діяльність не перебуває в такому тісному зв'язку зі станом здоров'я та фізичним розвитком, як в молодшому.

Розділ 2. Методи та організація дослідження

Дослідження проводилося протягом навчального 2014-2015 року на базі молодшої школи № 1 м. Корець Рівненської області. У ньому взяли участь 30 учнів 4 класів, які були поділені на дві групи - експериментальну «А» і контрольну «Б» в довільному порядку. Перед виконанням контрольних вправ було проведено інструктаж із техніки безпеки, а також оголошено правила виконання завдань.

Задля виконання поставленої мети були використані наступні методи дослідження:

1. Аналіз літературних джерел.
2. Соціологічний у вигляді анкетування молодших школярів.
3. Педагогічне спостереження.
4. Педагогічне тестування
5. Педагогічний експеримент.
6. Метод математичної обробки даних.

Розділ 3. Обговорення результатів дослідження.

Висновки

У результаті проведення педагогічного експерименту було встановлено позитивний вплив занять згідно з розробленою методикою на показники розвитку координаційних здібностей учнів молодшого шкільного віку. По усіх тестових показниках приріст експериментальної групи значно перевищує значення контрольної групи.

Результати тесту човникового бігу 4х9: експериментальна група – 12,6с., контрольна група - 13,3 с. -

Результати тесту для оцінювання орієнтації в просторі: експериментальна група – 12,1с., контрольна група - 13,1 с.

Результати тесту для оцінки здібності управління часом: експериментальна група – 52,2с., контрольна група - 54,7 с.

Обробка результатів за допомогою математичної статистики підтвердила, що експериментальна методика ефективніша за стандартні заняття та їх статистична відмінність є значимою ($p < 0.05$).

АНОТАЦІЯ

В роботі був досліджений вплив засобів і методів художньої гімнастики при проведенні уроків фізичної культури зі школярами молодшого шкільного віку. У результаті проведення експерименту було встановлено, що засоби і методи художньої гімнастики позитивно впливають на розвиток координаційних здібностей учнів молодшого шкільного віку. По усіх тестових показниках приріст експериментальної групи значно перевищує значення контрольної групи.